

岡山理科大学の基盤教育における新しい取り組み

ーこころ豊かに生きる科目の学生への影響と今後の展望ー

野間川内一樹・山咲博昭*¹・村西利恵**²・
山口一裕・大山香織***・秦敬治****・重松利信*****

岡山理科大学教育推進機構教育開発センター

*岡山理科大学大学教育推進機構教育開発センター客員センター員

**岡山理科大学非常勤講師

***岡山理科大学教育企画部教育企画課

****岡山理科大学教育推進機構

*****岡山理科大学教育推進機構基盤教育センター

¹広島市立大学企画室・²関西テレビ放送株式会社

キーワード：こころ豊かに生きる科目、セルフ・アウェアネス、ライフ・ビルディング力、アサーティブコミュニケーション、NPS®値、ボランティア学生スタッフ、満足度

1. 背景

1-1 日本の大学教育における現状

現在の高校生たちは、約 40 人が 1 つの教室に集まり、同じ進度で一斉に授業が行われ、学習面についていけさえすれば、他の能力を問われることがほとんどない。それ故に高校での生活から、自由度が高く、反面、主体的に考え、複雑な物事に柔軟に対応していくことが求められる大学生活に適応できない学生が、大学に通えなくなっている（福田 2007）。この指摘ように、自らの行動を自らの意思で決定する機会を失いながらも大学生となった彼らの中には、「入学後の目標喪失」、「新しい学生生活への移行の躓き」、「入学直後の修学をめぐる混乱」などの学修環境の変化に対する戸惑いや、「大学や学部・学科に帰属意識や所属感がもててない」、「教員や仲間との人間関係が築けていない」などの不本意入学に対する負の感情から不登校となり退学に至るケースも多くみられる。そのようなケースは、入学時に限らず、2 年次あるいは 3 年次になって表面化することもある（日本学生相談学会 2010）。

一方で、過年度生を含む大学進学率が 58%を超え（文部科学省 2019）、大学のユニバーサル化が進む中で、大学が本来行うべき学修指導に留まらず、学生相談、キャリア支援をはじめ、多方面に渡る学生支援が必要となっていており、廣中レポート（文部科学省 2000）においても、「これからの大学では、学生に豊かな知識を教授するのみならず、教職員が学生との人間的なふれあいを通じ、切磋琢磨しながら、道徳観、責任感などの高い倫理性とともに、忍耐力、意志伝達力、折衝力、決断力、適応力、行動力、協調性など、複雑化し、価値観が多様化した社会の中で生き抜くための基本的な能力の涵養に努めていくことが求められる」と指摘されている。

これらは、専門的知識と技能の習得ばかりでなく、社会生活を送る上でのジェネリックスキル（人間的基礎力）を修得させることも、大学教育、特に学士課程教育には必要であるこ

とを、意味していると考える。

1-2 岡山理科大学におけるこころ豊かに生きる科目導入の背景

これらの課題を踏まえ、学生にジェネリックスキルを習得させるべく、岡山理科大学においても以下のように教育改革が進められてきた。

- ・2017年度：「岡山理科大学ビジョン 2026」を策定し「学生ひとりひとりが成長できる人材育成拠点」を掲げた
- ・2018年度：中期計画・事業計画の重点項目で、学修成果の「見える化」のプロセス自体が学生と教員の間でインタラクティブな関係を生み出し、学生の深い学びに繋がることを明確化した
- ・2019年度：事業計画の重点事項で「教育の質保証と中退予防のための単位の実質化」を掲げた
- ・2020年度：「岡山理科大学3つの改革」として、「新学部構想」「基盤教育の改革」「入試改革」を掲げ、基盤教育において「人間形成のための教育」を体系化した。「こころ豊かに生きる」「知性を磨く」「技能を活かす」の3つの成長観点のもと、12の目標を掲げ（表1-1参照）、こころ豊かに生きる科目として「セルフ・アウェアネス入門・実践」「ライフ・ビルディング力入門・実践」「アサーティブコミュニケーション入門・実践」合計6科目を1回生対象に、2020年度春学期より開講した

本論文では、ジェネリックスキルを修得させる取り組みの一環として、新たに開講した6科目を紹介するとともに、受講学生へのアンケート結果から、講座に対する学生の満足度とジェネリックスキル修得に対する効果を紹介する。

表 1-1 岡山理科大学の基盤教育における3つの成長の観点と12の教育目標

こころ豊かに生きる Mind	知性を磨く Intelligence	技能を活かす Skill
M1. 自己の肯定 ありのままの自分を肯定的に受け入れる	I1. 学ぶ意義 好奇心と探究心を保ち続け、将来を見据え、なぜ学ぶのかを理解する	S1. コミュニケーション能力 「読む・書く・聴く・話す」を通して、相手を理解し、自分を表現する
M2. おもいやり 相手の気持ちを察し、おもいやりのある態度で接する	I2. 確かな知識 学術的・科学的根拠に裏打ちされた生きた知識を身につける	S2. 情報活用能力 課題や目的に応じて情報を収集・整理・分析し、効果的に活用する
M3. 失敗をおそれない勇氣 自ら考え、主体的に行動し、失敗しても粘り強く取り組む	I3. 賢明な判断 知識や経験に基づいて、理にかなった適切な判断を行う	S3. 問題発見・解決力 問題を発見し、様々な方法を用いて解決策に導く
M4. 多様性の尊重 多様性を認め尊重し、仲間とともに力を合せる	I4. 創造的な思考 常識にとらわれず、新しいものを生み出すために深く考える	S4. リーダーシップとマネジメント

		自らの強みを活かして、リーダーシップの発揮やチーム活動のマネジメントができる
--	--	--

(岡山理科大学ホームページ <https://www.ous.ac.jp/outline/vision/be/>)

2. こころ豊かに生きる科目の特徴

2020年度より新たに導入した「こころ豊かに生きる科目」は、「セルフ・アウェアネス」、「ライフ・ビルディング力」、「アサーティブコミュニケーション」の3種類であり、それぞれに知識修得を主な目的とする「入門編」と知識を基に実生活で生かすための実践スキルを修得するための「実践編」とで、6科目である。その中で「セルフ・アウェアネス」と「ライフ・ビルディング力」は、全国の大学での導入実績がなく、岡山理科大学が全国に先駆けて導入する科目であることから、カリキュラム開発は、授業担当教員・職員及び専門的知見を有し、常に最新の教育プログラムの研究を続ける企業（株式会社 roku you、株式会社 トワール）との共同プロジェクトとして行った（以後、開発チームと呼ぶ）。また、「アサーティブコミュニケーション」は、他大学での指導実績のある人物を非常勤講師として招聘し、授業の質を担保すると共に、複数の教職員が授業に関わり、講師養成の場とした。

以下に、「こころ豊かに生きる科目」のシラバスの教育目標を表 2-1 に示す。

表 2-1 岡山理科大学の「こころ豊かに生きる科目」の講座概要

1	講座名	セルフ・アウェアネス入門
	教育目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 「気づく力」を高めるためのボディワークを実践できる(技能) 2. 体・気持ち・思考がそれぞれどんな相互作用をしているのかメカニズムを説明できる(思考・判断・表現) 3. 自分の気持ちや考えを客観的に捉え、言葉で表現することができる(思考・判断・表現) 4. 自分の価値観や意思を尊重し、目標を立てることができる(関心・意欲・態度) 5. 極端に感情が振れた時に、「快適ゾーン」に状態を自分で戻すことができた経験を口頭や文章で伝えることができる(思考・判断・表現) 6. 他者(クラスメイト)の価値観や見方に触れることで、自分との価値観の違いを説明することができる(関心・意欲・態度)
2	講座名	セルフ・アウェアネス実践
	教育目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 「気づく力」を磨くためのボディワークを実践できる(技能) 2. 自分が大切にしている価値観や尊重したい意志に気づき、それらを表現することができる(関心・意欲・態度) 3. 気づいた価値観や意志に基づいた、意思決定や行動ができる(思考・判断・表現) 4. 自分の価値観や課題意識に寄り添った「マイプロジェクト」を立案し、小さくても形に落とし PDCA サイクルが回すことができる(思考・判断・表現)

3	講座名	ライフ・ビルディング力入門
	教育目標	<p>ウェルビーイングの高め方に関連する以下のことができる。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.自分の生理・心理・認知的な変化を客観的に見て言葉にすることができる。(思考・判断・表現) 2.自分の行動傾向を踏まえて、自らの強みと弱みを言葉にすることができる。(思考・判断・表現) 3.自分が影響を及ぼすことができる範囲を説明することができる。(思考・判断・表現) 4.自分の影響を及ぼす範囲を広げる方法を説明することができる。(知識・理解) 5.自分の自動思考を踏まえて、人間関係の築き方を説明することができる。(知識・理解) 6.自分の思考・行動傾向に合わせた活動計画を作ることができる。(思考・判断・表現)
4	講座名	ライフ・ビルディング力実践
	教育目標	<p>ウェルビーイングの高め方に関連する以下のことができる。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.ポジティブに見る方法を知り、それを授業内で試みることができる。(関心・意欲・態度) 2.自分の価値観について知り、それを言葉にすることができる。(思考・判断・表現) 3.”許す”ことについて知り、それを言葉で説明することができる。(知識・理解) 4.人を助け、人から助けをもらう方法を知り、それを授業内で試みることができる。(関心・意欲・態度) 5.自分の思考・行動傾向に合わせた活動計画とその行動を記すことができる。(思考・判断・表現)
5	講座名	アサーティブコミュニケーション入門
	教育目標	<ol style="list-style-type: none"> 1) 自分自身の強みと特徴を知り、それらの活用法を記述することができる。(関心・意欲・態度) 2) 自らの怒りの根源を知り、分析を行い、説明することができる。(思考・判断・表現) 3) 自らの中の他者との境界線を説明することができる。(思考・判断・表現) 4) 相手を尊重しながら自分の気持ちを素直に伝えるアサーティブコミュニケーションとは何かを説明することができる。(知識・理解) 5) ありのままの自分を受け入れて認めることの大切さを説明することができる。(知識・理解) 6) 自分の夢や目標に近づくにはどういう心の状態が必要かについて自分なりの考えを説明することができる。(関心・意欲・態度)
6	講座名	アサーティブコミュニケーション実践

	教育 目標	1) 他者との境界線を知り、実際の人間関係で体・責任・感情の境界線を適切に引くことができる。(思考・判断・表現) 2) 相手を尊重しながら自分の気持ちを伝えるアサーティブコミュニケーションを知り、実際のコミュニケーションに取り入れることができる。(技能) 3) ありのままの自分を受け入れて認めることの大切さと、実際に自己受容して自分が自分の味方になることができたかどうかを説明することができる。(関心・意欲・態度)
--	----------	--

「過去の自分からの気づき」を大切にしたセルフ・アウェアネス、「自分の良さを自分で見つけ、自分なりの幸せを築く」ライフ・ビルディング力、「自分を知り、他者との適切な距離を覚え、自分の気持ちを素直に伝えるコミュニケーションを身につけて、心健やかに生きる」ためのアサーティブコミュニケーション、これら3つ科目は、共に過去・現在・未来が結びつき、学生自身が自らの力で未来と幸せを築くことを目的としており、学生自身の振り返りによって更に深い結びつきとなる。この様に、学生自身が自らの人生を切り開いていくための力を与えるものであることから、1つの山頂に向けて異なるルートから登山するような位置づけの科目である（図2-1参照）。

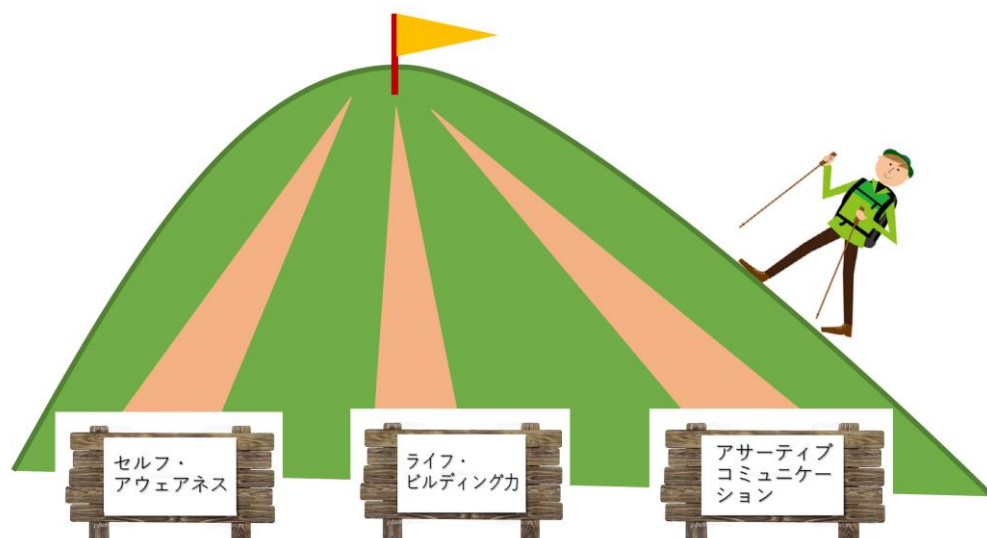


図2-1 ころ豊かに生きる科目と学生の成長イメージ図

3. 授業実施方法と特徴

過去に例のない「ころ豊かに生きる科目」の授業を実施するにあたり、受講する全学生の主体的な授業への参加が不可欠であることから、開発チームでは、授業方法について検討を重ね、以下のように実施することとした。

- ・受講する学生が心理的に安心・安全な状態になる環境を整備すること
- ・グループワークを頻繁に取り入れ、受け身の授業参加にならないための工夫をすること
- ・2年生～4年生の学生で構成されたボランティア学生スタッフがグループワーク時のファ

シリテーションを行うこと

この様な授業実施方針により、グループワークの際には、受講学生 3 名～5 名のグループにボランティア学生スタッフ 1 名が入り、ファシリテートを行え、先輩と後輩または同学年の学生同士による学びの場を作ることが可能となった。

こころ豊かに生きるための科目における授業実施方法は表 3-1 にまとめた。

表 3-1 岡山理科大学「こころ豊かに生きるための科目」の授業実施方法

	セルフ・アウェアネス入門・実践 ライフ・ビルディング力入門・実践	アサーティブコミュニケーション入門・実践
講師	授業を担当する講師は、共同開発企業が主催する講師養成研修に参加し、知識と実践力を深め、模擬授業の審査に合格した者にのみ発行されるライセンスを取得する。そのため、講師養成講座に参加した自身にも気づきがあり、その体験を通して学生に授業を提供することができる。また、更新制のライセンスであることから、知識の劣化を防ぎ、常に新しい知識を基に、学生に最新の授業を提供することが可能である。	他大学での指導実績のある非常勤講師
定員	定員 40 名、実際は 15 名～40 名（少人数クラスで実施）	
授業方法	①全ての授業は複数の教員（学内 3 名、非常勤 2 名）、外部ボランティア講師（2 名）、ボランティア学生スタッフ（5 名～8 名）が、常時受講学生をファシリテートする体制 ②オンライン授業（ZOOM）でも対面授業でも対応する ③全員がニックネームで呼び合う（名札用意）、安心安全な空間づくりの工夫 ④毎回グループメンバーと担当スタッフ（ボランティア学生スタッフ含む）をシャッフル（1 グループ受講生 3, 4 人にスタッフ 1 名） ⑤授業の前半 20 分は必ず前回の復習を行う ⑥毎回の授業で必ず 5 分～10 分間のアイスブレイクやボディワークを入れる ⑦グループワークにおけるグラドルールを設定	
評価方法	①毎回授業の感想と宿題を課す ②毎回のレポート、中間・期末レポート、課題で評価を行う（点数ではなく合・否判定） ③欠席した学生にも授業資料を渡し、個別課題を与える ④科目の特性から、評価方法は授業への出席、毎週の小レポート、最終レポートのみで行い、得点化は行わない	
特徴	①遅刻・欠席は授業開始までに必ず連絡 ②2 回欠席すると担当教員が必ず学生と連絡を取り合う ③授業以外の悩み相談を教職員、学生スタッフが対応する ④NOCC（株式会社トワールによる客観テスト）の活用	

4. ころ豊かに生きる科目の学生評価

3章まで詳説した様に、前例のない授業を導入するにあたり、開発チームは一体となり、カリキュラム、授業運営方法、評価方法などにおいて検討を重ね、授業を実施してきたわけであるが、春1学期あるいは春2学期が終了する節目の段階で、受講学生に与える満足度とジェネリックスキル修得に対する効果を測定し、講座の内容、授業形態、評価方法などに対する改善点の洗い出しを目的に調査を行った。

4-1 調査方法と質問事項

春1学期に実施したセルフ・アウェアネス入門50名とライフ・ビルディング力入門39名、春2学期に実施したアサーティブコミュニケーション入門の受講者65名、合計154名に各講座の最終日にgoogleフォームによるアンケートを実施、149名から有効な回答を得られた。春2学期に実施したアサーティブコミュニケーション入門の受講者には、春1学期に実施したセルフ・アウェアネス入門とライフ・ビルディング力入門から引き続き受講していた学生、中には春1学期の授業を受講していなかった友人と一緒に受講している学生も複数見られたことから、アサーティブコミュニケーション入門最終日のアンケートでは、「なぜ春1学期から引き続き受講しようと思ったのか」、「なぜ友人と一緒に受講しようと思ったのか」、といった項目を追加してアンケートを行った。

アンケートの質問項目は以下の通りである。

- ① 総合的に見てこの授業は自分にとって満足できるものでした (5段階評価)
- ② この授業の良かった点があれば具体的に記入してください (自由記述)
- ③ この授業の改善すべき点があれば具体的に記入してください (自由記述)
- ④ 授業に使われた教材 (スライド、配布資料など) に満足しています (5段階評価)
- ⑤ この授業で出された課題に満足しています (5段階評価)
- ⑥ この授業で受けたフィードバックに満足しています (5段階評価)
- ⑦ この授業で扱われた各内容に満足しています (5段階評価)
- ⑧ 授業の目標やテーマが、授業中に説明されていました (5段階評価)
- ⑨ シラバス (講義概要) の内容と、講義の内容は一致していました (5段階評価)
- ⑩ シラバスに掲げている「授業の達成目標」を身につけることができました (5段階評価)
- ⑪ 授業の時間配分は適切でした (5段階評価)
- ⑫ 学習意欲を高めるよう授業が行われていました (5段階評価)
- ⑬ 授業の内容は理解できました (5段階評価)
- ⑭ 授業にどの程度出席しましたか (5段階で返答)
- ⑮ 授業に熱心に取り組みました (5段階評価)
- ⑯ 授業の内容に興味を持ちました (5段階評価)
- ⑰ この授業を履修した理由はどれですか。(複数選択)
- ⑱ この授業を他の学生に勧めます (5段階評価)
- ⑲ この授業で学んだこと、あるいはあなたを変えたことはあれば自由に記入してください (自由記述)

さらに、春2学期のアサーティブコミュニケーション入門のアンケートでは、春1学期の

セルフ・アウェアネス入門、ライフ・ビルディング力入門からの連続受講状況と春1学期からの連続受講学生のうち友人を誘って参加した学生が、どのような動機で友人に受講を勧めたのかを調査するために、以下の3項目を追加した。

- ① 春1学期に「セルフ・アウェアネス入門」を受講しましたか（選択制）
- ② 春1学期に「ライフ・ビルディング力入門」を受講しましたか（選択制）
- ③ この授業に友人や知人を誘った人に質問です。なぜ友人と一緒にこの授業を受けようと思ったのか自由に記入してください（自由記述）

4-2 評価方法

本論文では、顧客ロイヤルティを測る指標として大手企業でよく採用され、企業と顧客の接点における顧客体験の評価・改善に生かされるために用いられる NPS®と自由記述による講座に対する感想から、受講学生の満足度とジェネリックスキル修得に対する効果を測定した。

5. 結果

5-1 アンケート結果

上記調査項目のうち特に授業に対する評価が表れやすいと思われる項目①,②,③の3科目をまとめた結果を表5-1に示す。

表5-1 こころ豊かに生きる科目の授業に対する評価（5段階評価）

質問	実施時期	評価1 (全くそう 思わない)	評価2	評価3	評価4	評価5 (非常にそう 思う)
		←				→
総合的に見てこの授業は自分にとって満足できるものでした	春1学期	0名 (0%)	1名 (1.1%)	4名 (4.5%)	17名 (19.3%)	66名 (75.0%)
	春2学期 ※1名無回答	1名 (1.6%)	0名 (0%)	0名 (0%)	8名 (13.1%)	51名 (83.6%)
学習意欲を高めるような授業が行われていました	春1学期	0名 (0%)	0名 (0%)	6名 (6.3%)	13名 (13.7%)	76名 (80.0%)
	春2学期	0名 (0%)	0名 (0%)	2名 (3.3%)	6名 (9.8%)	53名 (86.9%)
授業の内容は理解できました	春1学期	0名 (0%)	0名 (0%)	4名 (4.2%)	16名 (16.8%)	75名 (78.9%)

	春 2 学期	0 名 (0%)	0 名 (0%)	1 名 (1.6%)	6 名 (9.8%)	54 名 (88.5%)
--	--------	-------------	-------------	---------------	---------------	-----------------

学生自身が感じた満足度及び授業に対する評価ともに、最高評価の「5」が 75%を超える大変高い評価であった。

5-2 NPS®値

「こころ豊かに生きる科目」入門編 3 科目を受講した学生の授業に対する満足度の指標として NPS®値を指標として用いた。

NPS®値とは、5 段階評価を「推奨者」、「中立者」、「批判者」に分け、[推奨者の割合－批判者の割合]で算出した値のことであり、企業では顧客ロイヤルティを測る指標としてよく用いられるものである。一般的に、中立者は 5 段階の「3」の評価者とするが、我々は、あえて高めの「4」の評価者を中立者に設定し、厳し目に評価した。

表 5-2 質問ごとの NPS®値

質問 番号	セルフ・アウェアネス 入門	ライフ・ビルディング力 入門	アサーティブコミュニケーション入門
①	71.1	64.9	82.0
④	57.1	48.7	77.0
⑤	36.7	44.7	65.6
⑥	68.8	28.9	60.7
⑦	67.3	68.4	78.7
⑧	75.5	68.4	95.1
⑨	46.9	40.5	83.6
⑩	26.5	36.8	41.0
⑪	67.3	55.3	41.0
⑫	75.5	65.8	83.6
⑬	77.6	65.8	86.9
⑮	65.3	68.4	78.7
⑯	73.5	68.4	85.2
⑱	61.2	73.7	70.5

どの質問項目においても、NPS®値は 25 以上となったことから、受講学生は高い満足度を得ていると考えられる。

特に「この授業を友人に勧めたいか」という未来への行動に対する質問⑱に対しても、NPS®値は 60 以上と大変高い数値を示したことから、これらの科目の受講学生の心の成長がうかがえる。

5-3 自由記述

自由記述の回答を以下に全て列挙する。

質問②「この授業のよかった点があれば具体的に記入してください」の問いに対して

【春1学期アンケートより】

- ・人とコミュニケーションをとるだけでなく、自分を客観的に見れる珍しい機会でした
- ・意見を共有することで気づかされることも多くて良かったです
- ・学年や学科が違う人とたくさん話しができた点
- ・先生や学生スタッフさんの手助けがあって授業内容が理解しやすかったです
- ・自分、他人への考え方が変わった点
- ・学生スタッフや教職員スタッフが自分の話や意見を受け入れてくださった点
- ・授業の雰囲気がとても入り込みやすい
- ・会話をしやすい環境だった
- ・違う学科の人と意見交換、交渉ができること
- ・ZOOMでの顔の見える授業はとてもよかった。小グループに分かれるときに、先輩や教職員の先生がいてくれて、より話をすることができた

【春2学期アンケートより】

- ・アイスブレイクで自分のことを話して、周りの話も共有出来る時間があるのがとても楽しかったです
- ・グループワークをすることで、学んだことをその場で実際にアサーティブを使うことが出来て、とても分かりやすく良かったと思います
- ・コミュニケーションが勉強できるのは今後の人生でもとても役立つので、とても良かったです
- ・みんな本気で授業に取り組んでいたこと
- ・ワークを通して多くの人の自分とは違う考え方に触れられたこと
- ・学生、教員のスタッフさんが必ずついてくれて話しやすかった
- ・互いの意見や考えを否定されることなく発表し、共有できる環境のおかげで素直な自分になることができました
- ・人との上手な関わり方を知ることができた
- ・先生の経験なども含めて話してくれるから、実際にここで習ったことを使う時に、どんな感じか実感が湧きやすい
- ・先生やスタッフがどんな意見であっても必ず拾ってくれたことが嬉しかったです
- ・先輩の誘導があってとてもやりやすかった
- ・相手が自分の話を最後まで目を見て聞いてくれた点
- ・他学部、先輩とコミュニケーションをとれたこと

質問③「この授業の改善すべき点があれば具体的に記入してください」の問いに対して

【春1学期アンケートより】

- ・自分は抽象的なことが苦手なのでまわりの人たちより理解するのに苦労しました
- ・グループワークで何度も同じ人と一緒になってしまう点
- ・自分と他人の違いとそれを知る重要性
- ・時間が短すぎる笑、もっとたくさんグループワークしたい

- ・もっと他の意見（別の班）も聞きたい
- ・もっと仲良くなれるような作業があって欲しい
- ・たまにお手隙になること

【春2学期アンケートより】

・一度も一緒にならなかった人がいたので色んな意見を聞く為にも沢山の人のと同じ班になりたかった

- ・先生の個人的な意見を押し付けられてる感じが辛い
- ・素直になることがしんどくなったこと

質問⑱「この授業で学んだこと、あるいはあなたを変えたことがあれば自由に記入してください」の問いに対して

【春1学期アンケートより】

- ・人と自分で感じてることがちがうこと
- ・積極的に話せるようになった
- ・より自分にポジティブな気持ちをもつことができた
- ・自分のことを深く理解することができた
- ・会話が楽しくおもえるようになり、積極的にしたくなった
- ・自分の強みと弱み
- ・自分はこうだと思って疑わないことでも、他の人からは全く違う考えが出てくること。そしてそれを自分がその意見に納得して疑わないことに気づき、変わったように思います。ネガティブな考え方が減ったように感じます

- ・同じ事柄でも考え方が違うことを学び、人には人の考え方がありそれを尊重すること
- ・人の意見ではなく、自分の意見で人生の満足度が変わるっていうのは、あたりまえだけど改めて気づかされたことでした

- ・自分を高めるためには、物の見方や考え方を変えることが重要
- ・引っ込み思案だった性格が少し能動的に変わった。自分から行けるようになった

【春2学期アンケートより】

- ・Iメッセージ・怒りの分解
- ・NOと言えるようになったこと
- ・NOは否定的な意味ではなかったこと
- ・NOをしっかりと伝えること、境界線を意識して接すること
- ・コミュニケーションが少しくまぐ取れるようになった気がします
- ・コミュニケーションの取り方が今までとは大きく変わりました
- ・ちゃんとNOと言えるようになりたいと決めました
- ・考え方や見方が変わり前よりも気楽に人と話せるようになりました
- ・自己肯定感を高めることが自分の課題であることに気づかせてもらった
- ・自分に正直になることが出来たのでそこが良かったです
- ・自分の気持ちを変えることなく相手も正しいと思うことは悪くは無いということを知った。アサーティブというコミュニケーションをすると、周りも自分も受け入れることが出来るので人生が円滑になると思う。Iメッセージの使い方を学び、Youメッセージがある事も学んだ

- ・人と話すことが苦手ではなくなったと感じる
- ・人をよく見下しがちだったから、アトムオッケー、ユーアーオッケー精神でいきたいと思いました
- ・日常で、自分の怒りの感情をコントロールしやすくなったこと

5-4 春2学期のアンケートに追加した項目

- ① 「春1学期に『セルフ・アウェアネス入門』を受講しましたか」に対し
「受講した」が26名(42.6%)、「受講していない」が35名(57.4%)
- ② 「春1学期に「ライフ・ビルディング力入門」を受講しましたか」に対し
「受講した」が22名(36.1%)、「受講していない」が39名(63.9%)
- ③ 「この授業を履修した理由はどれですか(複数選択可)」に対し
「春1学期の『セルフ・アウェアネス入門』『ライフ・ビルディング力入門』の授業内容がよかったから」が35名(57.4%)、「友人・知人に『一緒に受講しよう』と誘われたから」が12名(19.7%)、「必修科目・選択必修科目だから」が0名(0%)、「講義内容に興味があるから」が29名(47.5%)、「良い授業だと聞いたから」が7名(11.5%)、「時間割の上で、この授業が好都合だったから」6名(9.8%)、「単位が簡単に取得できるから」が7名(11.5%)
- ④ 春2学期受講の際に友人を誘った理由
 - ・コミュニケーションと聞いてまだ出会ってまもない友達とより仲良くなれると感じたから
 - ・コミュニケーション能力が上がると思ったから
 - ・コロナのせいで人と話す機会がめちゃくちゃ減っていたので、こういう貴重な機会を友達と共有したいと思ったから
 - ・一緒に授業を受けたかったから、楽しそうだったから
 - ・楽しい
 - ・自分のためだけでなくこの知識を他の人と共有したくて、単位ももらえて双方に利益があったから
 - ・春一の授業が楽しかったから
 - ・単位が簡単に取れるから
 - ・知ってる人がいた方が安心するから
 - ・内容が面白そうだったから
 - ・友人にぴったりだと思ったからです
 - ・友人にも魅力を伝えたかったから
 - ・友達にもこの授業を受けてコミュニケーションをとって欲しかったから

質問②③④⑨の自由記述にあたっては、同内容のコメントはまとめ自由記述は全て列挙した。更に、自由記述の内容を、こころ豊かに生きる科目の導入目的である「自己の肯定」、「おもしろやり」、「失敗をおそれない勇気」、「多様性の尊重」、「コミュニケーション能力」に分類したところ、表5-3の結果となった。このことから、春学期の授業を通して、「自己の肯定」、「多様性の尊重」、「コミュニケーション能力」に影響を与えることができ、こころ豊

かに生きる科目が非常に高い満足度を与えていると共に、ジェネリックスキルの基礎力の修得に繋がったと考えられる。

表 5-3 自由記述内容の分類

項目	コメント数 (%)
「自己の肯定」に関する内容	33 (14.8%)
「おもしろい」に関する内容	2 (0.9%)
「失敗をおそれない勇気」に関する内容	6 (2.7%)
「多様性の尊重」に関する内容	34 (15.2%)
「コミュニケーション能力」に関する内容	113 (50.7%)

6. 考察

6-1 授業内容と学生の満足度

セルフ・アウェアネス及びライフ・ビルディング力の両講座については、アンケート結果から明らかなように、いずれの質問項目も高い満足度を与えることができた。また、NPS®値においても、いずれの科目も 25 を超え、「こころ豊かに生きる科目」を受講した学生たちの満足度は、想定をはるかに超えるものとなった。これらのことから、我々は、試行錯誤を繰り返しながら手探りの授業であったが、学生にとって有意義な授業を実施することができたのではないかと考えている。

6-2 自由記述によるコメント

受講生からは「自己肯定感が高まった」、「自己認識が高まった」、「コミュニケーション力が向上した」、「自己開示、他者理解ができた」など向上的なコメントを 204 件得ることができ、そのうち「この講座が自分を変えたこと」など、自身の将来を有意義なものにしていきたいとする意志、自分自身の未来に希望を抱けると感じさせるコメントも 97 件も得ることができた。この自由記述の内容から、こころ豊かに生きる科目が、5つの導入の目的の中でも、特に「自己の肯定」、「多様性の尊重」、「コミュニケーション能力」の習得に大きく影響する科目であることが明らかとなり、ジェネリックスキルの修得に有意義であることがわかった。一方で、「おもしろい」、「失敗を恐れない勇気」への影響力は弱いことが明らかとなった。

また、質問③において、「先生の個人的な意見を押し付けられてる感じが辛い」、「素直になることがしんどくなったこと」と記述した2名の学生がいたが、質問②では「グループワークが多く実践的でためになった」、「素直に言えるようになったこと」と回答、質問⑩では「自信を持ってノーと言う大切さ」、「自分に正直になることが出来たのでそこが良かったです」と回答し、いずれも出席率は90%以上で、質問⑮でも「5」の評価をしていることから、授業全体を通しては学ぶことが多く真剣に授業に取り組んだが故の、ネガティブな感情だと解釈した。しかしながら、内容によっては、学生の心の負担になることもあるので、引き続き、学生の心に配慮した対応を続けていく必要がある。

6-3 複数の教職員、ボランティア学生スタッフ体制による授業運営

全ての授業は複数の教員（学内3名、非常勤2名）、外部ボランティア講師（2名）、2年生～4年生のボランティア学生スタッフ（5名～8名）が、常時、受講学生をファシリテートする体制で、主にグループワークにおいてファシリテートを行った。他の科目ではほとんど行われることのない、新しい試みの授業運営であったが、自由記述によるアンケートのコメントには、

- ・ 先生や学生スタッフさんの手助けがあって授業内容が理解しやすかったです
- ・ 学生スタッフの方が話を進めてくれたので話しやすかった
- ・ 学生スタッフの皆さんのおかげで毎時間とても有意義な話し合いができたと思う
- ・ 学生スタッフや教職員スタッフが自分の話や意見を受け入れてくださった点
- ・ zoomでの顔の見える授業はとても良かった。小グループに分かれるときに、先輩やら教職員の先生がいてくれて、より話をするのができた
- ・ 先輩や先生がフォローしてくれたり、会話を回してくれたことでとても話しやすかった
- ・ 学生、教員のスタッフさんが必ずついてくれて話しやすかった

といった、教職員スタッフ、ボランティア学生スタッフの存在が有意義であったとするコメントが多数みられた。このことから、新しい授業形式である複数のスタッフで授業を運営していくことも、こころ豊かに生きる科目には非常に効果的であり、学生の高い満足度にもつながる結果になったのではないかと考えている。

7. 今後の展望と課題

春学期に実施した「こころ豊かに生きるための科目」を通して、自己の肯定、おもしろい、失敗をおそれない勇気、多様性の尊重、コミュニケーション能力が高まり、特に自己の肯定、多様性の尊重、コミュニケーション能力について、この科目の導入目的に大きく影響を与えていることが明らかになり、受講した学生の満足度も想定以上に高かったことが、今回の調査を通して明確になった。今後はこの科目の受講を通して、学習意欲の向上は勿論、学内外の活動にも主体的に取り組み、学生自身が自らの能力を向上させる原動力とすることができると考えることから、学生に広く受講させたいと考えている。

その実現のために、

- ① 高い満足度を得ている根拠となるエビデンスを整え、この授業についての分析を更に進め、より学生の満足度の高い授業に進化させていくこと
- ② 学内でも一部の学科では「こころ豊かに生きる科目」の受講を推進した学科もあったが、学内でもまだまだ認知されていないことから、「こころ豊かに生きる科目」が学生に高い満足度を与えていること、学内でこのような科目が行われていることを、学内の教職員にも広く認知と浸透していくための活動を行うこと
- ③ 講師養成研修に教職員を参加させ、授業とそのサポートができる教職員を育成し、増やしていくこと
- ④ ボランティア学生スタッフがこころ豊かに生きるための科目のファシリテーションにおける「気づき」と「学び」の根拠となるエビデンスを整え、正規授業としての仕組みを作り、ボランティア学生スタッフを増やしていくこと

- ⑤ 来年度以降、開講クラス数を漸増し、より多くの学生の満足度を高めることにより、退学者の減少に寄与し、全学生一人ひとりの学習意欲を高め、学内外で主体的に行動できる学生を増やしていくこと
- ⑥ 全国に先駆けて導入した「こころ豊かに生きるための科目」の成果と授業内容を、先ずは学内関係者に共有し、今後の広報活動にも生かしていくことを積極的に進めていくことが重要であり、急務であると考えている。

参考文献

- 1) 日本学生相談学会 50 周年記念誌編集委員会[編] (2010)「学生相談ハンドブック」学苑社
- 2) 福田真也 (2007)「大学生のこころのケア・ガイドブック 精神科と学生相談からの 17 章」金剛出版 p126.
- 3) 文部科学省 (2000)「大学における学生生活の充実方策について (報告) —学生の立場に立った大学づくりを目指して—」
https://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chousa/koutou/012/toushin/000601.htm
- 4) 樋口健 (2013)「第 3 回 [ベネッセ研究員より] 大学生の転学・退学の意向とその処方箋」
<https://berd.benesse.jp/berd/focus/4-koudai/activity3/>
- 5) 平木典子 (2004)「カウンセリングの話」朝日新聞出版
- 6) 樋口善之、松浦賢長 (2003)「大学生における自己肯定感と生活習慣との関連に関する研究」福岡県立大学看護学部紀要 p 12-25
- 7) 青戸泰子、村瀬まき (2012)「定時制高校生の自己肯定感を高める要因に関する一研究」岐阜女子大学紀要 p 41-45
- 8) 河越麻佑、岡田みゆき (2015)「大学生の自己肯定感に及ぼす影響要因」日本家政学会誌 Vol.6 NO.5 p 222-233
- 9) 吉森丹衣子 (2016)「大学生の自己肯定感における対人関係の影響—コミュニケーションを重視して—」国際コミュニケーション学会誌 21 (1) 2016-2 p 179-188
- 10) 齊藤和貴、岡安孝弘 (2014)「大学生のソーシャルスキルと自尊感情がレジリエンスに及ぼす影響」健康心理学研究 Vol.27 NO.1 p 12-19
- 11) 齊藤和貴、岡安孝弘 (2011)「大学生のレジリエンスがストレス過程と自尊感情に及ぼす影響」健康心理学研究 Vol.24 NO.2 p 33-41
- 12) 栗谷初子、本間友巳 (2010)「思春期の自己肯定感のあり方に影響を及ぼす要因について—学校生活適応感、生活習慣との関係を中心に—」京都大学教育実践研究紀要 第 10 号 p 193-202
- 13) 松村直樹、平田史昭、角方正幸 (2017)「新キャリア開発支援論—AI 時代のキャリア自律に向けて—」学事出版
- 14) 株式会社 roku you 代表取締役社長：下向 依梨 「セルフ・アウェアネス講座」を共同開発
- 15) 株式会社トワール 代表：濱野 裕希 「ライフ・ビルディング力講座」を共同開発
- 16) NPS®とは「Net Promoter Score (ネットプロモータースコア)」の略で、顧客ロイヤルティを測る指標であり、今まで計測が難しかった「企業やブランドに対してどれくらいの愛着や信頼があるか」を数値化することで、企業の顧客との接点における顧客体験の評価・改善に生かされている。さらに、NPS®は事業の成長率との高い相関があることから、欧米の公開企業では 3 分の 1 以上が活用しているとも言われており、日本でも顧客満足度に並ぶ新たな指標として注目を浴びている。(NTT コム オンライン・マーケティング・ソリューション株式会社 2020
<https://www.nttcoms.com/service/nps/summary/>)

